تمايز الذات : الإنسان بين عقلانيته وانفعاليته

الأستاذ المساعد الدكتور لؤي خزعل جبر

جامعة المثنى – كلية التربية الأساسية – قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

luaibrhr@yahoo.com

Differentiation of Self : The Human between his / her rationality and Emotionality

Assistant Professor Dr. Luay Khazal Jabr

Al-Muthanna University , College of Basic Education , Department of Psychological Counseling and Educational Guidance

الملخّص :

عملت الدراسة على قياس وبحث علاقة تمايز الذات بعوامل الشخصية الرئيسة : العُصابية والانبساطية والانفتاحية والمقبولية والضميرية، وبجملة من الأنماط ذات الأهمية الفائقة للشخصية : التسلطية والنرجسية والحدية والتصنعية والاتكالية والتجنبية . فطبّقت قائمة تمايز الذات القصيرة لـ Drake 2011، وقائمة العشر فقرات للشخصية لـ Muck, Hell & Gosling 2007، ومقياس الشخصية التسلطية اليمينية المختصر لـ Mavor, Louis & Sibley 2010، ومقياس الشخصية النرجسية لـ Hendin & Cheek 2013، ومقاييس الشخصية الحديّة والتصنعيّة والإتكالية والتجنبية من مقياس فحص اضطراب الشخصية الدولي لـ Loranger, Janca & Sarlorius 1997، على عينة تألفت من (٥٨٨) من طلبة الجامعة . وكانت النتائج : ارتفاع بعدي (موقف أنا والقطع الانفعالي)، وانخفاض بعدي (الاستجابة الانفعالية والذوبان في الآخرين) من تمايز الذات، واعتدال الانبساطية، وارتفاع المقبولية والضميرية والعصابية والانفتاحية، وارتفاع التسلطية، وانخفاض الحدية، واعتدال النرجسية والتصنعية والاتكالية والتجنبية، عند العينة، وظهرت علاقة ايجابية دالة واحدة بين بعدي الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين، ارتبطت المقبولية – ايجابياً – بالاستجابية الانفعالية وموقف أنا والذوبان في الآخرين، والضميرية والانفتاحية – ايجابياً – بموقف أنا، والعصابية – سلبياً – بالأبعاد الأربعة، وكل الأنماط ارتبطت – سلبياً – ببعدي الاستجابة الانفعالية والذوبان في الآخرين، وكذلك ارتبطت – سلبياً – النرجسية بالقطع الانفعالي والحدية بموقف أنا، وتنبؤ العصابية والمقبولية بالاستجابة الانفعالية، والضميرية والانفتاحية والمقبولية والعصابية بموقف أنا، والعصابية بالقطع الانفعالي، والمقبولية والعصابية بالذوبان في الآخرين . وبناءً على هذه النتائج تم اقتراح نمط جديد من الشخصية : الشخصية العقلانية .

الكلمات المفتاحية : تمايز الذات ، العوامل الخمسة للشخصية ، الشخصية التسلطية ، الشخصية النرجسية ، الشخصية الحديّة ، الشخصية التصنعية ، الشخصية الإتكالية ، الشخصية التجنبية .

Abstract:

The study measured and examined the relationship of self-differentiation with the main personality factors: neuroticism, extinctions, openness, acceptability and conscience, and a series of patterns of the utmost importance of personality: authoritarianism, narcissism, borderline, histrionic, dependency and avoidance. The Drake 2011 Differentiation of Self Inventory-Short Form DSI-SF, the Muck, Hell & Gosling 2007 Ten-Item Personality Inventory (TIPI) , and the Right-Wing Authoritarian Personality Scale RWA of Mavor, Louis & Sibley 2010, Henderson & Cheek 2013 Narcissistic Personality, and borderline, histrionic, dependency and avoidance scales from International Personality Disorder Examination IPDE of Langeranger, Janca & Sarlorius, 1997, on a sample of 588 university students. The results were: high (I position and emotional cutoff), low (emotional responsiveness and thawing in others) of self differentiation, moderation of extinctions, high acceptability, conscientiousness, neuroticism and openness, high authoritarianism, low borderline, moderation of narcissism, histrionic, dependency and avoidance, Positive relationship between the emotional responses and solubility in others, the admissibility - positive - was related to the emotional response and the I position and the melting in others, and the conscience and openness - positive - I position, and neurosis - negative – relate with all dimensions, the patterns connected - negatively - by the emotional response and the melting of others . Based on these findings a new style of personality was proposed: a rational personality.

Key words : Differentiation of Self, Five Factors of Personality , Authoritarian Personality , Narcissistic Personality , Borderline Personality , Histrionic Personality , Dependent Personality , Avoidant Personality .

مُشكلة البحث

العقلانيَّة Rationality واحدة من المشكلات الفلسفيَّة والنفسيَّة والاجتماعيَّة الكُبرى، وهي تستعمل بدلالات ابستمولوجية متعددة : (١) **العقلانية مقابل التسلطية** Authoritarianism : هل يتمكن الإنسان من تحصيل المعرفة بشكل مستقل، أم بالرجوع إلى سلطة فوقيّة مفارقة ؟ إذ يؤمن العقلانيون إن الحقيقة بيّنة، قد تكون محتجبة، لكن يمكن أن تكشف عن نفسها، وإذا لم تفعل، يمكن أن للإنسان أن يكتشفها، فالإنسان يمتلك الوسائل التي تمكنه من التوصل إلى الحقيقة واكتساب المعرفة، وليس بحاجة إلى سلطة تفرض عليه كي تدلّه عليها، بينما يؤمن التسلطيون إن الحقيقة غير بيّنة، ولا يمكن للإنسان اكتشافها بنفسه، إذ لا يمتلك الوسائل التي تمكّنه من ذلك ، فيحتاج إلى معونة سلطة فوقيّة متجاوزة ومفارقة للإنسان (الخولي، ٢٠٠٣، ص١٠٦)، و(٢) **العقلانية مقابل التجريبية** Empiricism : هل مصدر المعرفة عند الإنسان العقل، أم الحس والتجربة ؟ إذ يؤمن العقلانيون بوجود قضايا ومعارف يدركها الإنسان بصورة قبلية، ومستقلة عن الحس والتجربة، وإن هذه القضايا تشكّل الأساس للمعرفة البشرية، والقاعدة التي يقوم على أساسها البناء الفوقي للمعرفة كله، بينما يؤمن التجريبيون بأن التجربة والخبرة الحسيّة هي المصدر الوحيد للمعرفة، فلا توجد لدى الإنسان أي معرفة قبلية بصورة مستقلة عن الحس والتجربة (الصدر، ١٩٧٢، ص١٣٣-١٣٤)، و(٣) **العقلانية مقابل اللاعقلانية** Irrationalism : هل يمكن تفسير السلوك البشري بعوامل مبرّرة في ذهن الفاعل الاجتماعي، أم بقوى وعوامل مخفيّة ؟ إذ يؤمن العقلانيون بإمكانية تفسير أعمال الفاعل الاجتماعي بردها إلى معتقداته وإدراكاته للموقف، والمعنى الذي يتخذه العمل في نظر فاعله، وتأسسه في ذهنه على مجموعة أسباب يراها صحيحة، بينما يؤمن اللاعقلانيون بأن أعمال الفاعل الاجتماعي تخضع لسيطرة قوى تقع خارج نطاق إدراكه وسيطرته، وبالتالي لا يمكن تفسيرها بردها إلى معتقداته، وإنما إلى تلك القوى المخفية، النفسيّة أو الاجتماعية – الاقتصادية أو الثقافية (بودون، ٢٠١٠، ص١١٨، ٢٠٠٧، ص٦٧) . وتحليل هذه الاستعمالات يبيّن إن الأولين (مقابل : التسلّطية والتجريبية) يقعان ضمن نظرية المعرفة وفلسفة العلم، ويغطيان العلوم الطبيعية والاجتماعية، ويتمركزان حول العارف (**الذات** - المفسِّر)، ويتمايزان في كون الأول يقابل بين " الإنسان والسلطة"، ويسائل بشكل أساس " إمكانية المعرفة الإنسانية المستقلّة "

أو " قدرة الإنسان على تحصيل المعرفة بشكل مستقل من الأساس "، بينما يقابل الثاني طرف الإنسان، ويقابل فيه بين " العقل والحس "، فكلا طرفيه (العقلانية والتجريبيّة) عقلانيين بالاستعمال الأول، وليسا تسلطيين، ولكنه يسائل – بعد الاعتقاد بإمكانية المعرفة الإنسانية المستقلّة – " الوسيلة أو المصدر الأساس لهذه المعرفة عند الإنسان "، بينما يقع الثالث (مقابل : اللاعقلانية) ضمن نظرية المنهج في العلوم الاجتماعية، ويتمركز حول طبيعة تفسير المعروف (**الموضوع** - المفسَّر) .

إلا أنَّ هُناك – في السياق السايكوسوسيولوجي – معنى أعمَق، وألصَق بالحياة المَعيشة اليوميَّة للإنسان، ويتداخَل – بقوَّة – مع المعاني الثلاثة السابقة، هو **العقلانية مقابِل الانفعاليّة** Emotionality : هل يستطيع الإنسان فهم ذاته والآخرين والعالَم بتفكيرِه الدقيق المُستقل، أم بتداخُل مشاعِرِه الغامرَة وهيمنة الآخرين ؟ هل يتمكن الإنسان من تمييز أفكارِه عن مشاعرِه وذاتِه عن الآخرين أم تتشابك فتضيعُ أفكاره الموضوعية وذاته المستقلة ؟ هل يُدرِك الإنسان ما يَخُصُّه ويُحيطه بطريقة نقيَّة حكيمة أم بطريقة مشوَّهة ؟ هذهِ العقلانيَّة هي جوهر ما أطلق عليهِ Murray Bowen 1978 : **تمايز الذات** Differentiation of Self، حيث يميز الفرد بين عواطفه وأفكاره، بين الذاتية والموضوعية، بين الخيالية والواقعية، بين الوهمية والحقيقية، وكذلك بين ذاتِه والآخرين، بين استقلاليته وعلاقاته، في تعامله مع حياته ومواقفه ومحيطه، فيقِفُ بذلك كـ **ذات واعية مستقلّة** .

ومنذُ تأسيسِه، استثار المفهوم كمّاً هائلاً من الدراسات والتطبيقات، في المجالات الاجتماعية والأكاديمية والمهنية والشخصية . فمثلاً، في الحياة الاجتماعية الزوجية، دراسة Afsar et. al. 2016 لتوسُّط تمايز الذات بين الاكتئاب والارتياح الزواجي Marital Satisfactionعند النساء، وجدت إن هناك تأثير مباشر للأعراض الاكتئابية على الارتياح الزواجي، وتأثير غير مباشر لتلك الأعراض على الارتياح عبر تمايز الذات وأبعاده الفرعية (Afsar et. al., 2016, p.167)، ودراسة Kaleta 2014 وجدت

علاقة سلبية دالة بين الارتياح الزواجي والضغط المُدرَك، وايجابية مع تمايز الذات، وسلبية بين تمايز الذات والضغط المُدرَك، كما توسَّط تمايز الذات العلاقة بين الارتياح والضغط المُدرِك (Kaleta, 2014, p.305)، وفي الخيانة الزوجية Infidelity، التي تُعدُّ أعقد وأصعب ما يواجِه الثنائيات والمتخصصين، وجدت دراستي Hill et. al. 2011 و Heintzelman et. al. 2014 إن التمايز ارتبط ايجابياً بمستويات الغُفران Forgiveness، وتوسَّط بين الصدمة والغُفران (Hill et. al., 2011, p.43 ; Heintzelman et. al., 2014, p.13)، وفي المجال الأكاديمي، وجدت دراسة Human-Vogel & Rabe 2015 أن تمايز الذات متنبئ أساس بمستوى الالتزام الأكاديمي لطلبة الجامعة (Human-Vogel & Rabe, 2015, p.60)، وفي المجال المهني، في الممارسة الإرشادية، وجدت دراسة Connery 2012 إن المرشدين ضعاف التمايز ينغمسون أكثر في مشاعر غامرة ومبتسرة وسلوكيات التحويل المضاد Countertransference، مقايسة بالمتمايزين (Connery, 2012, p.1)، وفي مواقف المعضلات الأخلاقية الإرشادية، وجدت دراسة Wozny et. al. 2015 إن من الضروري تطوير مستويات عالية من تمايز الذات عند المرشدين لتجنب شَرَك الاستجابية الانفعالية في المواقف التي تتضمن اختلاف عن أخلاقياتهم، فينفصلون (قطع انفعالي) أو يندمجون (ذوبان في الآخرين) (Wozny et. al., 2015, p.1) .

إلا أنَّ هُناك مجال للتحقُّق – بشكل أعمَق وأدَق – من جوهرِه، يتمثَّل بدراسة علاقته بالشخصيَّة، وقد تم ذلك في دراسة Jesus et. al. 2018 للعلاقة بين تمايز الذات والشخصية، ووجدت ارتباط ضعف التمايز بالقلق والعدوانية (Jesus, 2018, p.1623) . ودراسة Mooney-Reh 2011 لأهمية تمايز الذات في تشخيص ومعالجة اضطراب الشخصية الحدية، وجدت مستويات متدنية من التمايز عن الحديين مقايسة بالطبيعيين، وعلاقات سلبية قوية دالة بين الشخصية الحدية وتمايز الذات، وتزايد التمايز مع تناقص أعراض الحدية مع تقدم المعالجة (Mooner-Reh, 2011, p.vi) .

وباستثناء هاتين الدراستين – بحسب تتبع الباحِث – لم يخضع ذلك المجال لبحث مُركَّز، مما يترُكُ فجوَة كبيرة في أدبيات المفهوم، ولهذا جائت الدراسة الحاليَّة لردم هذه الفجوة، بطريقة أشمَل وأحكَم من الدراستين السابقتين، مِن خلال دراسة **علاقة تمايز الذات – وأبعادهُ الأربعة – بعوامِل الشخصية الرئيسة : العُصابية والانبساطية والانفتاحية والمقبولية والضميرية، وبجملة من الأنماط ذات الأهمية الفائقة للشخصية : التسلطية والنرجسية والحدية والتصنعية والاتكالية والتجنبية .**

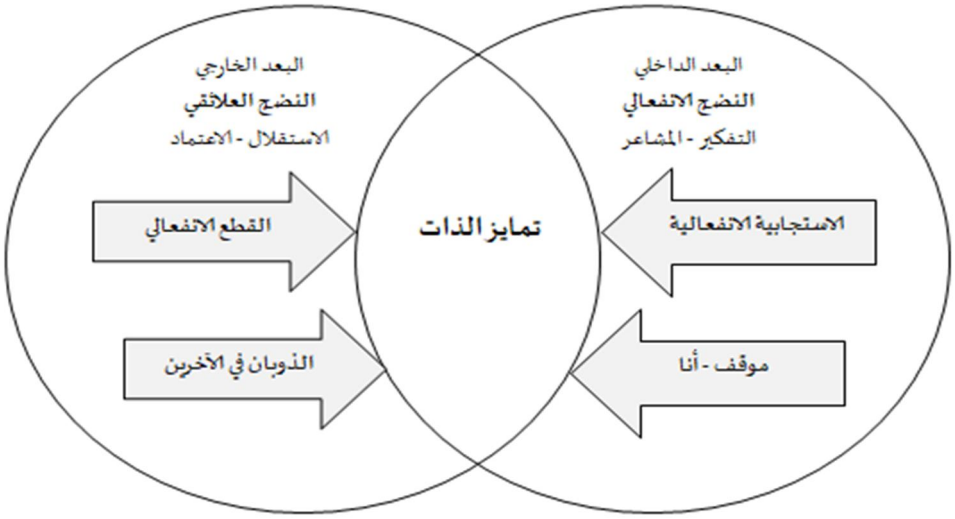
تمايز الذات

Differentiation of Self

تمايز الذات يمثل الركن الأساس في **نظرية الأنساق الأسريّة** Family Systems Theory لـ Murray **Bowen**، وهو بنية متعددة الأبعاد، تتألف – بشكل أساس – من بعدين : **شخصي** intrapersonal (القدرة على تنظيم العاطفة، قدرة داخلية على التمييز بين العمليات العاطفية والفكرية)، **واجتماعي** interpersonal (القدرة على الموازنة في العلاقات بين الاستقلالية والاجتماعية، قدرة خارجية على حفظ الصِلات الاجتماعية مع تحقيق الذات المستقلة) (Sharf, 2000, p.506 ; Alaedein, 2008, p.482 ; Jankowski & Hooper, 2012, p.226) . ويرتبط مستواه بأربعة عوامِل : (١) **الاستجابية الانفعالية ER** Emotional Reactivity (ضعاف التمايز يستجيبون بانفعالية مفرطة، بينما يسيطر المرتفعون على انفعالاتهم القوية)، و(٢) **القدرة على اتخاذ موقف أنا IP** Ability to take I-Position (ضعاف التمايز لا يستطيعون توكيد ذواتهم، بينما يمتلك المرتفعون أفكارهم ومشاعرهم الخاصة بلا حاجة للانصياع لتوقعات الآخرين)، و(٣) **القطع الانفعالي EC** Emotional Cutoff (عندما تكون الخبرات والضغوطات الاجتماعية عالية، يعزل ضعاف التمايز أنفسهم عن الآخرين وعن انفعالاتهم، بينما لا يشعر المرتفعون بحاجة لذلك الانعزال)، و(٤) **الذوبان في الآخرين FO** Fusion with Others (ضعاف التمايز ينغمسون ويذوبون في الآخرين في أغلب

علاقاتهم القريبة، بينما يستطيع المرتفعون المحافظة على علاقات ذات حدود واضحة (Alaedein, 2008, p.481; Drake, 2011, p.10-14) (الشكل ١) .

الشكل (١) أبعاد تمايز الذات



عوامل وانماط الشخصية

Personality Factors and Types

العوامل الخمسة للشخصية Five-Factor of Personality

العوامل الأساسية للشخصية – بحسب أنموذج العوامل الخمسة FFM لـ Costa & McCrae 1995 – تتمثل بخمسة عوامل، لكلّ منها ستة مظاهر : (١) **العُصابية،** تقابل التوافق والاستقرار الانفعالي ، وتمثل الميل العام لتجربة الشعور السلبي ، مثل الخوف والارتباك والحزن والغضب والذنب والاشمئزاز . وتتمثل مظاهره بـ : (القلق، والعداء المتوعد بالغضب، والاكتئاب، والشعور بالذات، والاندفاعية، والاستعداد للتأثر)، و(٢) **الانبساطية،** مقدار وقوة التفاعلات المفضلة الخاصة بالعلاقات بين الأشخاص ، ومستوى الفعالية والحاجة إلى التنبيه والقدرة على الفرح . وتتمثل مظاهره بـ : (الدفء، والاجتماعية، والتوكيد، والنشاط، والبحث عن الإثارة ، والانفعالات الايجابية)، و(٣) **الانفتاح على الخبرة،** البحث الفعال وتقدير الخبرات الخاصة بمصالح الأفراد وسعة

الخيال والتفكير غير التقليدي . وتتمثل مظاهره بـ (الخيال، والجماليات، والمشاعر، والأنشطة، والأفكار، والقيم)، و(٤) **المقبولية**، التفاعلات التي يفضل الفرد القيام بها على خط متصل من الحنو إلى الخصومة . وتتمثل مظاهره بـ (الثقة، والاستقامة، والغيريّة، والإذعان، والتواضع، واللطف)، و(٥) **حيوية الضمير**، التنظيم والمثابرة والضبط والدافعية في سلوك الأفراد نحو تحقيق أهدافهم . وتتمثل مظاهره بـ (الكفاية، والتنظيم، والتحسس بالواجب، والكفاح من أجل الانجاز، والانضباط الذاتي، والتروّي) (سليم، ١٩٩٩، ص ٤٥-٥٨) (Costa & McCrae, 1995, p.21-50) .

الشخصية التسلطية Authoritarian Personality

الشخصية التسلطية – عند Altemeyer 1996 – هي اندماج ثلاثة عناقيد اتجاهية : (١) **الخضوع التسلطي**، درجة عالية من الخضوع للسلطات، المُدرَكة كسلطات راسخة وشرعية في المجتمع، بمعنى قبول خطابات وأفعال تلك السلطات، والانصياع لتعاليمها بلا مسائلة، و(٢) **العدوان التسلطي**، العدوانية العامة، الموجهة لأشخاص متعددين، المُدرَكة كمشرعنة من السلطات القائمة، والاستعداد للتحكم بسلوك الناس عبر المعاقبة البدنية والنفسية والاجتماعية والاقتصادية، و(٣) **المحافظة**، درجة عالية من القبول والتقيد بالتقاليد الاجتماعية، المُدرَكة كحافظة للمجتمع وسلطاته القائمة، والاعتقاد بأن الصراعات تحدث عند تجاوز وانتهاك تلك التقاليد (Altemeyer, 1996, p.7,9-11).

الشخصية النرجسية Narcissistic Personality

نمط شامل من التضخيم (الخيالي أو السلوكي) ، والحاجة للإعجاب، ونقص التعاطف، يبدأ في بواكير الرشد بالحضور في سياقات متنوعة، يظهر في خمسة أو أكثر من الآتي : (١) إحساس مضخَّم بأهمية الذات (كالمبالغة بالانجازات والمواهب، وتوقع التقدير الفائق بلا انجازات مكافئة)، و(٢) الانغماس بخيالات النجاح والقوة والذكاء والجمال والحب المثالي اللامتناهية، و(٣) الاعتقاد بالخصوصية والتفرد، وإنه لا يستطيع فهمه إلا الآخرين الاستثنائيين (أو المؤسسات الاستثنائية)، وأنه يجب أن لا يرتبط إلا بأمثالهم، و(٤) المطالبة بالإعجاب المفرط، و(٥) الإحساس بالتأهيل (كالتوقعات غير

المعقولة للمعاملة التفضيلية الخاصة أو الإذعان التلقائي لتوقعاته)، و(٦) الاستغلالية الاجتماعية (كخداع الآخرين لتحقيق غاياته)، و(٧) نقص التعاطف، عدم الرغبة بالتوحد مع مشاعر وحاجات الآخرين، و(٨) حسد الآخرين أو الاعتقاد بأنهم يحسدونه، و(٩) إظهار سلوكيات أو اتجاهات متغطرسة متعجرفة (DSM-5, p.669-670) .

الشخصية الحديّة Borderline Personality

نمط شامل من عدم الاستقرار في العلاقات الاجتماعية، وصورة الذات، والعواطف، ووضوح الاندفاعية، يبدأ في بواكير الرشد بالحضور في سياقات متنوعة، يظهر في خمسة أو أكثر من الآتي : (١) جهود شديدة لتجنب الهجر الحقيقي أو المتخيل، و(٢) نمط من العلاقات الاجتماعية القوية وغير المستقرة المتأرجحة بين طرفي المثالية والانتقاص، و(٣) اضطراب الهوية، صورة ذات أو إحساس بالذات غير مستقر بشكل ملحوظ ومتواصل، و(٤) الاندفاعية في مجالين على الأقل مما يتضمن ضرراً للذات (كالإنفاق والجنس والتعاطي والقيادة والطعام)، و(٥) سلوك أو تلميحات أو تهديدات انتحارية متكررة، أو سلوك تشويه الذات، و(٦) عدم استقرار عاطفي يؤدي لاستجابات مزاجية ملحوظة (كنوبات الهياج وحدة الطبع أو القلق الذي عادة ما يبقى لساعات قليلة ونادراً فقط ما يستمر لأكثر من أيام قليلة)، و(٧) مشاعر مزمنة بالفراغ، و(٨) غضب كثيف وغير مناسب أو صعوبة في السيطرة على الغضب (كإبداء متكرر للمزاجية، والغضب الثابت، والعراك البدني)، (٩) تفكير اضطهادي عابر مرتبط بالضغوط أو أعراض تفككية حادة (DSM-5, p.663) .

الشخصية التصنعية Histrionic Personality

نمط شامل من الانفعالية المفرطة والبحث عن الانتباه، يبدأ في بواكير الرشد بالحضور في سياقات متنوعة، يظهر في خمسة أو أكثر من الآتي : (١) التضايق في المواقف التي لا يكون فيها مركز الاهتمام، و(٢) التفاعل مع الآخرين يتصف في الغالب بسلوك إغوائي

جنسي أو استفزازي غير مناسب ، و(٣) إظهار تبدلات سريعة وضحالة التعبير عن الانفعالات، و(٤) استعمال ثابت للمظهر البدني لجذب الانتباه للذات، و(٥) أسلوب في الكلام مفرط الانطباعية ويفتقر للتفاصيل، و(٦) تعبير مسرحي متكلف مبالغ عن الانفعالات، و(٧) قابل للإيحاء (كسهولة التأثر بالآخرين أو الظروف)، و(٨) عد العلاقات أكثر حميمية مما هي في الواقع (DSM-5, p.667) .

الشخصية الإتكالية Dependent Personality

حاجة شاملة ومفرطة للرعاية تقود إلى سلوك خضوعي وتعلقي ومخاوف من الانفصال، تبدأ في بواكير الرشد بالحضور في سياقات متنوعة، تظهر في خمسة أو أكثر من الآتي : (١) صعوبة اتخاذ القرارات اليومية بدون كمية مفرطة من نصح وتوكيد الآخرين، و(٢) الحاجة للآخرين لتحمل المسؤولية في أغلب مجالات حياته الرئيسة، و(٣) صعوبة التعبير عن الاختلاف مع الآخرين بسبب الخوف من فقدان الدعم أو الاستحسان (ولا يتضمن ذلك المخاوف الواقعية من العقوبة)، و(٤) صعوبة المبادرة بمشاريع أو فعل أشياء بنفسه (بسبب نقص الثقة بالذات في الحكم والقدرات أكثر من نقص الدافعية أو الطاقة)، و(٥) المضي بعيداً جداً في محاولة نيل رضا ودعم الآخرين، إلى حد التطوع في فعل أشياء مزعجة، و(٦) الشعور بالتضايق أو العجز في الوحدة بسبب المخاوف المبالغة من عدم القدرة على العناية بنفسه، و(٧) البحث الملح عن علاقة أخرى كمصدر للرعاية والدعم عند انتهاء علاقة حميمة، و(٨) الانشغال غير الواقعي بمخاوف تتعلق بأن يترك ليعتني بنفسه (DSM-5, p.675)

الشخصية التجنبية Avoidant Personality

نمط شامل من الاعاقة الاجتماعية، ومشاعر عدم الكفاية، والحساسية المفرطة للتقييم السلبي، يبدأ في بواكير الرشد بالحضور في سياقات متنوعة، يظهر في أربعة أو أكثر من الآتي : (١) تجنب النشاطات المهنية التي تتضمن اتصال اجتماعي مهم بسبب الخوف من النقد أو عدم الاستحسان أو النبذ، و(٢) عدم الرغبة بالتفاعل مع الناس ما لم يضمن أنه سيكون مرغوباً، و(٣) ضيق العلاقات الحميمة بسبب الخوف من الخجل والسخرية، و(٤) الانشغال بكونه منتقد أو منبوذ في المواقف الاجتماعية، و(٥) الامتناع

عن المواقف الاجتماعية الجديدة بسبب مشاعر عدم الكفاية، و(٦) النظر للذات على أنها غير مناسبة اجتماعياً أو غير مغرية شخصياً أو أدنى من الآخرين، و(٧) مقاومة ممارسة مخاطرات شخصية أو الانخراط في أي نشاطات جديدة لأنها ربما تثبت ضعفه (DSM-5, p.672-673) .

منهج البحث

العينة

تألفت عينة البحث من (٥٨٨) طالباً وطالبة ، اختيرت بطريقة عشوائية من طلبة الدراسة الأولية الصباحية في كلية التربية الاساسية - جامعة المثنى، للسنة الدراسية (٢٠١٧-٢٠١٨) . طبق على الجميع مقياس تمايز الذات ومقياس العوامل الخمسة للشخصية، وتفادياً للملل الناتج عن كثرة الفقرات، تم توزيع مقاييس أنماط الشخصية على العينة، بحيث أضيف إلى المقياسين السابقين مقياس أحد الأنماط فقط، فأضيف مقياس التسلطية لـ (١٥٠)، والنرجسية لـ (٩٥)، والحدية (٨٦)، والتصنعية (٨١)، والاتكالية (٩٨)، والتجنبية (٧٨) .

المقاييس

- **مقياس تمايز الذات** : اطلع الباحث على مقاييس عدَّة لتمايز الذات، أهمها قائمتي تمايز الذات DSI لـ Skowron & Friedlander 1998 و Skowron & Platt 2003 (Skowron & Friedlander, 1998, p.246 ; Alaedein, 2008, p.503-504 ; Maser, 2011, p.41 ; Jankowski & Hooper, 2012, p.226 ; Rodriguez-Gonzalez et. al., 2015, p.47)، لكنه عمد إلى ترجمة **قائمة تمايز الذات القصيرة** Differentiation of Self Inventory-Short Form DSI-SF لـ Drake 2011 ، لكونها الأحدث وتتصف بخصائص سايكومترية عالية، تتفوق – في جوانب عدة – على المقاييس الأخرى، وهي تتألف من (٢٠) فقرة، موزعة على أربعة أبعاد : الاستجابية الانفعالية ER (٦ : ٦-٩-١١-١٤-١٦-١٨)، وموقف – أنا IP (٦ : ١-٣-١٠-١٢-١٩-٢٠)، والقطع الانفعالي EC (٣ : ٤-٧-١٥)، والذوبان في الآخرين FO (٥ : ٢-٥-٨-١٣-١٧)، خمس إيجابية (١-٣-١٠-١٢-٢٠) (Drake, 2011, p.61-65; 72-73 ; Connery, 2012,

(p.32-33,195) . وبعد التحقق من صدق الترجمة، تحقق الباحِث من صدقه البنائي بالتحليل العاملي الاستكشافي، الذي أكَّد بنيته الرباعية، وحلل فقراته بعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، فكانت كل معاملات ارتباط بيرسون دالة بالاتجاه الايجابي، وتعرَّف ثباته بمعامِل ألفا كرونباخ، فكانت قيمته : (٠,٤٤، ٠,٤٠، ٠,٥١، ٠,٤٩) على التتابع، وهي مؤشرات سايكومترية عالية (الملحق ١) .

- **مقياس العوامل الخمسة للشخصية** : اعتمد الباحِث **قائمة العشر فقرات للشخصية** Ten-Item Personality Inventory (TIPI) لـ Muck, Hell & Gosling 2007، تعريب جبر (٢٠١٤)، وهي تتألف من (١٠) فقرات تقيس العوامل الخمسة للشخصية ، بواقع فقرتين لكل عامل : الانبساطية (١-٦)، والمقبولية (٢-٧)، والضمير (٣-٨)، والعصابية (٤-٩)، والخبرة (٥-١٠) . وتضمنت (٥) فقرات ايجابية (١-٣-٥-٧-٩) ، و(٥) سلبية (٢-٤-٦-٨-١٠) (Muck et. al., 2007, p.175). وقد تحقق جبر (٢٠١٤) من جودة الخصائص السايكومترية للقائمة، بشكل تفصيلي دقيق (جبر، ٢٠١٤، ص) (الملحق ٢) .
- **مقياس الشخصية التسلطية** : عمد الباحث إلى ترجمة **مقياس الشخصية التسلطية اليمينية المختصر** Right-Wing Authoritarian Personality Scale RWA لـ Mavor, Louis & Sibley 2010، الذي أعد وفق نظرية Altemeyer، وتألف من (١٤) فقرة : (٤) العدوان التسلطي، و(٤) المحافظة، و(٦) الخضوع التسلطي، ليكرتية ايجابية، وتم التحقق من متانته السايكومترية وعلاقته الدالة بالمقياس الأصلي الطويل (Mavor et. al., 2010, p.28-33) . وبعد التحقق من صدق الترجمة، تحقق الباحِث من صدقه البنائي بالتحليل العاملي الاستكشافي، الذي أكَّد بنيته الأحادية، وحلل فقراته بعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، فكانت كل معاملات ارتباط بيرسون دالة بالاتجاه الايجابي، وتعرَّف ثباته بمعامِل ألفا كرونباخ، فكانت قيمته : (٠,٨٩)، وهي مؤشرات سايكومترية عالية (الملحق ٣) .

- **مقياس الشخصية النرجسية** : عمد الباحث إلى ترجمة **مقياس الشخصية النرجسية** Narcissistic Personality لـ Hendin & Cheek 2013، لكونه الأحدث والأمتن من حيث الخصائص السايكومترية، ويتألف من (١٠) فقرات، ليكرتية إيجابية، خماسية البدائل (Hendin & Cheek, 2013) . وبعد التحقق من صدق الترجمة، تحقق الباحِث من صدقه البنائي بالتحليل العاملي الاستكشافي، الذي أكَّد بنيته الأحادية، وحلل فقراته بعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، فكانت كل معاملات ارتباط بيرسون دالة بالاتجاه الايجابي، وتعرَّف ثباته بمعامِل ألفا كرونباخ، فكانت قيمته : (٠,٧٦)، وهي مؤشرات سايكومترية عالية (الملحق ٣) .
- **مقاييس الشخصية الحديّة والتصنعيّة والإتكالية والتجنبية** : عمد الباحِث إلى ترجمة المقاييس الفرعية للشخصية الحدية والتصنعية والإتكالية التجنبية من **مقياس فحص اضطراب الشخصية الدولي** International Personality Disorder Examination IPDE لـ Loranger, Janca & Sarlorius 1997، الذي يعدُّ المقياس الأساس في العالم لاضطرابات الشخصية، والذي أكدت دراسات كثيرة متانته السايكومترية، ويتألَّف من (٥٩) فقرة لقياس الأنماط العشرة، ومقياس الحدية فيه يتألف من (٥) فقرات، والتصنعية (٦) ، والإتكالية (٦) ، والتجنبية (٦) (Loranger et. al., 1997, p.114-137) . وبعد التحقق من صدق الترجمة، تحقق الباحِث من الصدق البنائي لكل مقياس بالتحليل العاملي الاستكشافي، الذي أكَّد بنيته الأحادية، وحلل فقراته بعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية، فكانت كل معاملات ارتباط بيرسون دالة بالاتجاه الايجابي، وتعرَّف ثباته بمعامِل ألفا كرونباخ، فكانت القيم : (٠,٦٨، ٠,٦٥، ٠,٧١، ٠,٦٣)، على التتابع، وهي مؤشرات سايكومترية عالية (الملحق ٣) .

نتائج البحث

- **قياس المُتغيرات** : تم قياس مستوى المتغيرات عند العينة باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، والجدول (١) يبين النتائج، ومنه يتضح ارتفاع بعدي (موقف أنا والقطع الانفعالي)، وانخفاض بعدي (الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين) من تمايز الذات، واعتدال الانبساطية، وارتفاع المقبولية والضميرية والعصابية

والانفتاحية، وارتفاع التسلطية، وانخفاض الحدية، واعتدال النرجسية والتصنعية والاتكالية والتجنبية، عند العينة .

الجدول (١) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمتغيرات البحث (القيم المضللة دالة)

المتغيرات		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
تمايز الذات	الاستجابية الانفعالية	١٥,٢	٣,٧	١٨,١-
	موقف انا	٢١,٧	٣,٥	٢٥,٤
	القطع الانفعالي	٩,٩	٢,٧	٨,٥
	الذوبان في الاخرين	١٢,٧	٣,٩	١٦,٠-
عوامل الشخصية	الانبساطية	٥,٩	١,٥	٠,٢٤-
	المقبولية	٧,٦	١,٨	٢١,٩
	الضميرية	٧,٧	١,٨	٢٣,٢
	العصابية	٦,٣	١,٧	٥,٥
	الانفتاحية	٧,٥	١,٧	٢١,٤
انماط الشخصية	الشخصية التسلطية	٤٧,٩	٥,٠	١٤,٣
	الشخصية النرجسية	٣٠,٥	٥,١	١,٠٧
	الشخصية الحدية	١٤,٠	٣,٢	٢,٨-
	الشخصية التصنعية	١٧,٨	٣,٥	٠,٣٧-
	الشخصية الاتكالية	١٧,٨	٣,٥	٠,٥٤-
	الشخصية التجنبية	١٧,٨	٣,٦	٠,٢٨-

- **العلاقات الارتباطيّة** : تم حساب العلاقات الارتباطية بين المتغيرات باستعمال معامل ارتباط بيرسون، والجدول (٢) يبين النتائج، ومنه يتضح وجود (٢٤) علاقة دالة، (٥ ايجابية و١٩ سلبية)، وكما يأتي :

- **بين أبعاد تمايز الذات** : ظهرت علاقة ايجابية دالة واحدة بين بعدي الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين .
- **بين أبعاد تمايز الذات وعوامل الشخصية** : ارتبطت المقبولية – ايجابياً – بالاستجابية الانفعالية وموقف أنا والذوبان في الآخرين، والضميرية والانفتاحية – ايجابياً – بموقف أنا، والعصابية – سلبياً – بالأبعاد الأربعة .
- **بين أبعاد تمايز الذات وأنماط الشخصية** : كل الأنماط ارتبطت – سلبياً – ببعدي الاستجابة الانفعالية والذوبان في الآخرين، وكذلك ارتبطت – سلبياً – النرجسية بالقطع الانفعالي والحدية بموقف أنا .

الجدول (٢) معاملات ارتباط بيرسون بين متغيرات البحث (القيم المضللة دالة)

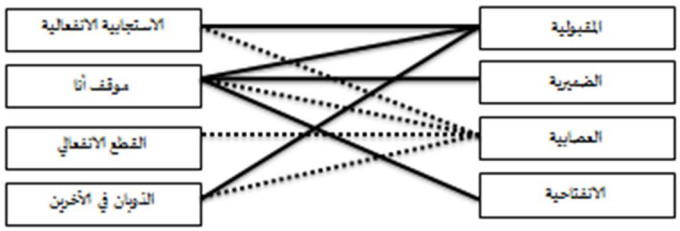
المتغيرات		الاستجابيه الانفعالية	موقف أنا	القطع الانفعالي	الذوبان في الآخرين
تمايز الذات	الاستجابيه الانفعالية		٠,٠٥	٠,٠٨	٠,٥٠
	موقف انا			٠,٠٤	٠,٠٣
	القطع الانفعالي				٠,٠٥
	الذوبان في الآخرين				
عوامل الشخصية	الانبساطيه	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٠٠	٠,٠٠
	المقبوليه	٠,١٤	٠,١٨	٠,٠٥	٠,١٠
	الضميريه	٠,٠٥	٠,٢٣	٠,٠٧	٠,٠٠
	العصابيه	٠,١٨-	٠,١٤-	٠,١٢-	٠,١٠-
	الانفتاحيه	٠,٠٤	٠,٢١	٠,٢	٠,٠٠
انماط الشخصية	الشخصيه التسلطية	٠,٤٠-	٠,٠٥	٠,١٠	٠,٢٩-
	الشخصيه الترجسية	٠,٣٣-	٠,١٣-	٠,٢٥-	٠,٢٩-
	الشخصيه الحديه	٠,٢١-	٠,٢٩-	٠,٠٢-	٠,٣١-
	الشخصيه التصنعية	٠,٢٠-	٠,٠٤-	٠,١٣-	٠,٢٩-
	الشخصيه الاتكاليه	٠,٢٣-	٠,١٩-	٠,٠٧-	٠,٤١-
	الشخصيه التجنبيه	٠,٣١-	٠,١٩-	٠,٠٨-	٠,٢٣-

- **العلاقات التنبؤيّة** : تم استعمال الانحدار المتعدد التدرجي لتعرف مدى تنبؤ عوامل الشخصية بتمايز الذات، والجدول (٣) يبين النتائج، ومنه يتضح تنبؤ العصابية والمقبولية بالاستجابة الانفعالية، والضميرية والانفتاحية والمقبولية والعصابية بموقف أنا، والعصابية بالقطع الانفعالي، والمقبولية والعصابية بالذوبان في الآخرين . ويلاحَظ حضور العُصابية – سلبياً – في جميع الأبعاد، وتفردها بواحد (القطع الانفعالي)، والمقبولية في ثلاثة (الاستجابية الانفعالية وموقف أنا والذوبان في الآخرين)، والانفتاحية والضميرية في واحد (موقف أنا) (الشكل ١) .

الجدول (٣) نتائج تحليل الانحدار المتعدد التدرجي لتنبؤ العوامل الخمسة للشخصية بتمايز الذات

البعد	المتغيرات	معامل الانحدار		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية
الاستجابية الانفعالية	العصابيه	٠,١٨	الانحدار	٢٤٧,٥٤٤	١	٢٤٧,٥٤٤	٢٠,٣١
			الراسب	٧٩١٩,٣٠٦	٥٨٦	١٣,٥١٤	
			الكلي	٨١٩٣,٨٥	٥٨٧		
	المقبوليه	٠,٢٤	الانحدار	٥٠٢,٣٦٦	٢	٢٥١,١٨٣	١٩,١٠
			الراسب	٧٦٩١,٤٨٥	٥٨٥	١٣,١٤٨	
			الكلي	٨١٩٣,٨٥	٥٨٧		
موقف انا	الضميريه	٠,٢٣	الانحدار	٤٠٧,٢٨٨	١	٤٠٧,٢٨٨	٣٣,٢٢
			الراسب	٧١٨٤,٥٢٧	٥٨٦	١٢,٢٦٠	
			الكلي	٧٥٩١,٨١٥	٥٨٧		
	الانفتاحيه	٠,٢٨	الانحدار	٦٠١,٥٩٣	٢	٣٠٠,٧٩٦	٢٥,١٧
			الراسب	٦٩٩٠,٢٢٢	٥٨٥	١١,٩٤٩	
			الكلي	٧٥٩١,٨١٥	٥٨٧		
	المقبوليه	٠,٣٠	الانحدار	٦٨٢,٩٣٨	٣	٢٢٧,٦٤٦	١٩,٢٤
			الراسب	٦٩٠٨,٨٧٦	٥٨٤	١١,٨٣٠	
			الكلي	٧٥٩١,٨١٥	٥٨٧		
	العصابيه	٠,٣١	الانحدار	٧٤٢,١٩٣	٤	١٨٥,٥٤٨	١٥,٧٩
			الراسب	٦٨٤٩,٦٢٢	٥٨٣	١١,٧٤٩	
			الكلي	٧٥٩١,٨١٥	٥٨٧		
القطع الانفعالي	العصابيه	٠,١٢	الانحدار	٦٩,٢١٤	١	٦٩,٢١٤	٩,٤٤
			الراسب	٤٢٩٥,٠٣٦	٥٨٦	٧,٣٢٩	
			الكلي	٤٣٦٤,٢٥٠	٥٨٧		
الذوبان في الآخرين	المقبوليه	٠,١٠	الانحدار	٧١,٨٠٠	١	٧١,٨٠٠	٦,٢٧
			الراسب	٦٧١٠,٤٢٣	٥٨٦	١١,٤٥١	
			الكلي	٦٧٨٢,٢٢٣	٥٨٧		
	العصابيه	٠,١٥	الانحدار	١٦٠,٣٦١	٢	٨٠,١٨٠	٧,٠٨
			الراسب	٦٦٢١,٨٦٢	٥٨٥	١١,٣١٩	
			الكلي	٦٧٨٢,٢٢٣	٥٨٧		

الشكل (١) العلاقات التنبؤية للعوامل الخمسة للشخصية بتمايز الذات



تفسير النتائج

أكَّدت النتائج – إلى جانب التحققات السايكومترية – تعددية أبعاد تمايز الذات، إذ تباين مستوى الأبعاد عن العينة، فارتفع بُعدان (موقف أنا والقطع الانفعالي)، وانخفض بُعدان (الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين)، ويُلاحَظُ إنَّ الأولين : إنفعالي وعلائقي، وكذلك الأخيرين، فعلى المستوى الداخلي الانفعالي هناك بعد مرتفع (موقف

أنا) وآخر منخفض (الاستجابية الانفعالية)، وعلى المستوى الخارجي العلائقي هناك بعد مرتفع (القطع الانفعالي) وآخر منخفض (الذوبان في الآخرين)، مما يشير إلى إن الطلبة قادرون على توكيد ذواتهم ولا ينعزلون عند الضغوطات من جانب، ومن جانبٍ آخر لا يسيطرون على انفعالاتهم وينغمسون في المقربين . وهذه **الثُنائيَّة والانشطارية في تمايز الذات قد تكشف عن توتر عميق في عقلانية وانفعالية الطلبة**، فهم – لو صح التعبير – نصفُ عقلانيين ونصف انفعاليين، عقلانيون يمتلكون أفكارهم ومشاعرهم الخاصة ويتحملون ويواجهون الضغوطات، وانفعاليون استجاباتهم منفلتة ويذوبون في العلاقات القريبة . يعضِدُ هذه الانشطارية اعتدال الانبساطية وارتفاع المقبولية والضميرية والانفتاحية وانخفاض الحدية من جانب، وارتفاع العصابية والتسلطية واعتدال النرجسية والتصنعية والاتكالية والتجنبية من جانبٍ آخر، فهم – بتعبير آخر – حسنو المعشر وحيويو الضمير ومنفتحون على الخبرة ولا حديون، وفي الوقت ذاته عصابيون وتسلطيون، ومنبسطون ونرجسيون وتصنعيون واتكاليون وتجنبيون بدرجة معتدلة . وبالاستناد إلى نظرية الأنساق الأسرية يمكن تتبع ذلك في **إنشطارية السياق الأسري والاجتماعي في ظل التغيرات الثقافية الحديثة**، إذ هُناك قوتان تتصارعان في ذلك السياق : التقليدية والتحديثية . فالمجتمع يقفُ بثقله على أفرادِه، في محاولة قوية لتأطيرهم بأطره القيمية والمعرفية والانفعالية، ولعل لذلك الضغط يرجع كون الطلبة (لا يسيطرون على انفعالاتهم وينغمسون في المقربين، وعصابيون وتسلطيون)، بينما – في المقابِل – التغيرات المتواصِلة الكاسحة قد تدفعهم باتجاه التحرر من هذهِ الضغوط، فتجعلهم (قادرون على توكيد ذواتهم ولا ينعزلون عند الضغوطات، ومقبولون وضميريون ومنفتحون) .

و**الارتباطات** – كذلك – أكدت التعددية، إذ لم تظهر علاقة دالة بين الأبعاد، باستثناء بين بعدي الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين، البعدين المُنخَفضين فيما سَبَق . إذ يبدو إن كلاهما نتاج الضغوط الاجتماعية المذكورة، التي تُفقِد الفرد سيطرته على انفعالاته وتذيبهُ في من حوله . ويؤكد ذلك ارتباط المقبولية – ايجابياً – بهما، وارتباط الضميرية والانفتاحية – ايجابياً – بموقف أنا . أما ارتباط العصابية – سلبياً – بالأبعاد الأربعة فهو يؤكد المنطق الجوهري لتمايز الذات، إذ تمثل العُصابية قطب الانفعالية في مقابِل العقلانية الذي يمثله تمايز الذات، ولذلك تفردت بهذه الارتباطات

السلبية مع جميع أركان تمايز الذات . وبالعودة إلى البعدين المرتبطين المُنخفضين (الاستجابية الانفعالية والذوبان في الآخرين) نجد إن كل الأنماط السلبية ارتبطت بهما بدلالة، ولم يرتبط بالقطع الانفعالي إلا النرجسية، وبموقف أنا إلا الحدية . مما يشير إلى أن هذين البعدين يمثلان **مركز عقلانية – انفعالية تمايز الذات** .

هذان البُعدان لا يتشابهان في المستوى والارتباطات فحسب، بل كذلك في **التنبؤات**، إذ المقبولية والعصابية تتنبأ بكليهما، وبتعبير آخر، نزوع الفرد ليكون مقبولاً (يتصف بالثقة، والاستقامة، والغيريّة، والإذعان، والتواضع، واللطف) ومتزن انفعالياً (منخفض القلق، والعداء المتوعد بالغضب، والاكتئاب، والشعور بالذات، والاندفاعية، والاستعداد للتأثر) ينبئان بسيطرته الانفعالية ونِدِّيته العلاقاتية . ليأتي بعد ذلك موقف أنا بمتنبئات أربعة : المقبولية والضميرية والانفتاحية واللاعصابية، والقطع الانفعالي بمتنبئ وحيد هو العصابية . فالفرد المُستقيم المُلتَزِم المُنفتِح المتزِن أقدَر على توكيد ذاته، والمُتزِن– تحديداً – أقدَر على مواجهة الضغوطات بلا حاجة للانعزال .

وبناءً على هذهِ النتائج يُمكِن اقتراح **نمط جديد للشخصيّة**، هو : **الشخصيّة العقلانيّة** Rational Personality في مقابِل **الشخصيّة الانفعاليّة** Emotional Personality، يُمكِن اختزال خصائِصه بالجدول (٤) الآتي :

الجدول (٤) الشخصية العقلانية

	الشخصيه العقلانيه	الشخصيه الانفعاليه
المكونات البنائية	الهدوء، والسيطرة على الانفعالات، والاستجابات الانفعالية المناسبة للمواقف. توكيد الذات، والقدرة على امتلاك أفكار ومشاعر مستقلة . القدرة على تحمل ومواجهة الضغوط الاجتماعية بفاعلية وتلقائية . الاستقلالية الاجتماعية، والمحبة المعقولة، والنية العلاقاتية .	الانفعالية، وانفلات الانفعالات، والاستجابات المتطرفة المبالغة غير المناسبة للمواقف. الانصياع لتوقعات الأخرين، وصياغة الأفكار والمشاعر بما يتسق وتلك التوقعات . الانعزال عن الآخرين والانغلاق على الذات عند مواجهة الضغوط الاجتماعية . الانغماس والذوبان في العلاقات القريبة، وعدم القدرة على رسم حدود واضحة .
النزعات الشخصية	الثقة، والاستقامة، والغيريّة، والإذعان، والتواضع، واللطف . الكفاية، والتنظيم، والتحسس بالواجب، والكفاح من أجل الانجاز، والانضباط الذاتي، والتروّي . الخيال، والجماليات، والمشاعر، والأنشطة، والأفكار، والقيم .	القلق، والعداء المتوعد بالغضب، والاكتئاب، والشعور بالذات، والاندفاعية، والاستعداد للتأثر . الخضوع للسلطات والعوائق العامة والتقليدية، والتكلّف والمظهرية، والتعلقية الاعتمادية، والحساسية المفرطة للتقييم السلبي . تضخيم الذات ونقص التعاطف، والاندفاعية واختلال العلاقات الاجتماعية .

قائمة المصادر والمراجع

- بودون ، ريمون (٢٠٠٧) **العمل** . في : مجموعة من المؤلفين (٢٠٠٧) **المطوّل في علم الاجتماع** . ترجمة : وجيه أسعد . دمشق : الهيئة العامة السورية للكتاب . الجزء الأول ، ص٢٩-٨٤.
- بودون ، ريمون (٢٠١٠) **أبحاث في النظرية العامة في العقلانيّة : العمل الاجتماعي والحس المشترك** . ترجمة : جورج سليمان . بيروت : المنظمة العربية للترجمة .
- جبر، لؤي خزعل (٢٠١٤) **العوامل الخمسة للشخصية : تطوير مقياسين قصيرين** .
- الخولي ، يمنى طريف (٢٠٠٣) **فلسفة كارل بوبر : منهج العلم – منطق العلم** . القاهرة : الهيئة المصرية العامة للكتاب .
- سليم ، أريج حنا (١٩٩٩) **اضطراب الشخصية الحدّية على وفق أنموذج العوامل الخمسة** . أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب – جامعة بغداد .
- الصدر ، محمد باقر (١٩٧٢) **الأسس المنطقية للاستقراء** . بيروت : دار الفكر .
- Afsar, M., Foroutan, M., Karamad, J., Salehizadeh, M. & Kashani, P. (2016) **Investigation the mediating role of Differentiation of Self in relationship between depression and martial satisfaction** . The Caspian Sea Journal, V.10, pp.167-172 .
- Alaedein, J. M. (2008) **Is Bowen Theory Universal? Differentiation of Self among Jordanian Male and Female College Students and between them and A Sample of American Students through Bowen's Propositions** . Dirasat, Educational Sciences, V.35, pp.479-506 .
- Altemeyer, B. (1996) **Authoritarian Specter** . Cambridge : Harvard University Press .
- Connery, A. L. (2012) **The role of Differentiation of Self, Anxiety and Emotional Self Awareness on destructive countertransference reactions** . PHD Dissertation, University of Missouri-Kansas City .
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1995) **Domains and Facets : Hierarchical Personality Assessment Using The Revised NEO Personality Inventory .** Journal of Personality Assessment, V.64, pp.21-50 .
- Drake, J. (2011) **Differentiation of Self Inventory-Short From : Creation and Initial evidence of construct validity .** PHD Dissertation, University of Missouri-Kansas City .
- DSM-5 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – Fifth Edition (2013) American Psychiatric Association .
- Heintzelman, A., Murdock, N. L., Krycak, R. C. & Seay, L. (2014) **Recovery from infidelity : Differentiation of Self, Trauma, Forgiveness**

and Posttraumatic Growth among couples in continuing relationships . Couple and Family Psychology : Research and Practice, V.3, pp.13-29 .

- Hendin, H.M., & Cheek, J.M.. (2013) **The Hypersensitive Narcissism Scale (HSNS)** . Measurement Instrument Database for the Social Science. Retrieved from www.midss.ie .
- Hill, W. E., Hasty, C. & Moore, C.J. (2011) **Differentiation of Self and the process of forgiveness : A clinical perspective for couple and family therapy** . The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy, V.32, pp.43-57 .
- Human-Vogel, S. & Rabe, P. (2015) **Measuring Differentiation of Self and Academic Commitment in university students : A case study of education and engineering students** . South African Journal of Psychology, V.45, pp.60-70
- Jankowski, P. J. & Hooper, L. M. (2012)**Differentiation of Self: A Validation Study of the Bowen Theory Construct** . Couple and Family Psychology: Research and Practice, V.1, pp.226–243
- Jesús, V. F. J, Reyes, E. J. I, Garibay, L. P. & Escamilla, S. D. (2018) **Relation between differentiation of self and personality: a comparison** . Revista Electrónica de Psicología Iztacala, V.21, pp.1623-1661 .
- Kaleta, K. (2014) **Marital Satisfaction, Differentiation of Self and Stress Perceived by women .** Polskie Forum Psychologiczne, V.19, pp.305-319 .
- Loranger, A. W., Janca, A. & Sarlorius, N. (1997) **Assessment and Diagnosis of Personality Disorders : International Personality Disorder Examination IPDE** . Cambridge : Cambridge University Press .
- Maser, M. J. (2011) **A Construct Validity study of Differentiation of Self measures and their correlates** . PHD Dissertation, Seton Hall University .
- Mavor, K. I., Louis, W. R., & Sibley, C. G. (2010) **A bias-corrected exploratory and confirmatory factor analysis of right-wing authoritarianism: Support for a three-factor structure**. Personality and Individual Differences, V.48, pp.28-33.
- Mooney-Reh, D. (2011) **An examination of the significance of Differentiation of Self in the assessment and treatment of Borderline Personality Disorder** . PHD Dissertation, University of Wollongong .
- Muck, P. M., Hell, B. & Gosling, S. D. (2007) **Construct Validation of A Short Five-Factor Model Instrument** . European Journal of Psychological Assessment, V.23, pp.166-175 .
- Rodriguez-Gonzalez, M., Showron, E. A. & Anchia, R. J. (2015) **Spanish Adaptation Of The Differentiation Of Self Inventory-Revised (DSI-R)** . Terapia psicologica, V.33, pp.47-58 .
- Sharf, R. S. (2000) **Theories of Psychotherapy and Counseling** . Australia : Brooks/Cole .

- Skowron, E. A. & Friedlander, M. L. (1998) **The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation** . Journal of Counseling Psychology, V. 45, pp.235-246 .
- Wozny, D. A., Hall, K. & Zinck, K. (2015) Integrating **Differentiation of Self into Ethical Decision Making : Counselor training method** . Ideas and Research You Can Use : VISIAS, pp.1-12 .

الملحَق (١) مقياس تمايز الذات

أختي العزيزة .. أخي العزيز

هذه مجموعة أسئلة تتعلق بأفكارك ومشاعرك عن نفسك وعلاقاتك بالآخرين . يرجى قراءة كل جملة بتأني، وتبيان مدى انطباقها عليك، وفق مدرج يمتد من (١ لا تنطبق علي تماماً) إلى (٦ تنطبق علي تماماً) . وإذا رأيتَ إن العبارة لا تناسبك (كما لو كنت مثلاً غير متزوج الآن، أو في علاقة ملتزمة، أو أحد والديك أو كلاهما متوفي) فيرجى منك الإجابة بحسب تخمينك بخصوص ما كنت ستفكر وتشعر به في ذلك الموقف . تأكَّد من الإجابة على كل فقرة، وبصدق ودقة .

١ أميل للبقاء هادئ جداً حتى في المواقف الضاغطة . _____

٢ عادة ما أحتاج إلى تشجيع كثير من الآخرين عندما أبدأ بعمل كبير . _____

٣ لا يهم ما يحدث في حياتي، فأنا أعرف إنني لن أفقد أبداً إحساسي بـ : من أنا . _____

٤ أميل لإبعاد نفسي عندما يحاول الآخرون الاقتراب جداً مني . _____

٥ عندما ينتقدني رفيقي-زوجي فإن ذلك يجعلني متضايق لأيام عدَّة . _____

٦ في بعض الأوقات تكون مشاعري في أفضل حالة وأواجه صعوبة في التفكير بوضوح . _____

٧ غالباً ما أكون غير مرتاح عندما يحاول الناس الاقتراب جداً مني . _____

٨ أشعر بالحاجة للاستحسان من كل شخص مهم في حياتي . _____

٩ في بعض الأوقات أشعر كما لو أنني في دوَّامة إنفعالية . _____

١٠ لا داعي للقلق بخصوص أشياء لا أتمكن من تغييرها . _____

١١ أنا أتحسس جداً من الانتقاد . _____

١٢ أنا متقبل لذاتي تماماً . _____

١٣ غالباً ما أتفق مع الآخرين فقد لأرضيهم . _____

١٤ إذا ما كان بيني وبين رفيقي-زوجي خِلاف، فإنني أفكر به طوال اليوم . _____

١٥ عندما تصبح واحدة من علاقاتي قوية جداً، أشعر برغبة للهرب منها . _____

١٦ إذا كان أحدهم قلقاً معي، لا يمكنني أن أدعه يذهب بسهولة . _____

١٧ غالباً ما أشعر بعدم الاستقرار عندما لا يكون الآخرون حولي لمساعدتي في اتخاذ قرار. _____

١٨ أتحسس جداً من إمكانية أن يجرحني الآخرون . _____

١٩ تقديري لذاتي يعتمد بالفعل على ما يفكر فيه الآخرون عني . _____

٢٠ أميل للشعور بالثبات التام في المواقف الضاغطة . _____

الملحق (٢) مقاييس عوامل الشخصية

أختي العزيزة ... أخي العزيز

نضع بين يديك عدداً من الخصائص التي يمكن أن تكون منطبقة أو غير منطبقة عليك شخصياً . ونرجو تبيان مدى انطباقها عليك من خلال وضع أمام كل عبارة درجة من (١-٥) : إذا كانت " تنطبق عليك دائماً " ، فضع في الفراغ الذي أمامها : ٥ ، وإذا كنت " تنطبق عليك كثيراً " ولكن ليس بشدّة، فضع : ٤ ، وإذا كانت " وسط " ، فضع : ٣ ، وإذا كانت " لا تنطبق عليك كثيراً " ولكن ليس دائماً ، فضع : ٢ ، وإذا كانت " لا تنطبق عليك أبداً "، فضع : ١ ..

١ منبسط ومليء بالحماسة _____

٢ كثير النقد والمشاكسة _____

٣ جدير بالثقة ومنضبط _____

٤ قلق وسريع الاهتياج _____

٥ منفتح للخبرات الجديدة _____

٦ متحفّظ وهادئ _____

٧ متعاطف ورقيق _____

٨ غير منظّم ومهمل _____

٩ رزين ومستقر عاطفياً _____

١٠ تقليدي وغير مبدع _____

الملحق (٣) مقاييس أنماط الشخصية

أختي العزيزة .. أخي العزيز ..

الدراسة الحاليّة تستهدف التعرف على بعض آرائكم واتجاهاتكم نحو بعض القضايا ، فنرجو تعاونك عبر قراءة الفقرات بتركيز ومحاولة تقديم إجابات دقيقة تعكس وجهة نظرك الحقيقية بعيداً عن تجميل الذات وتقديم صورة غير موضوعيّة عنها ، إذ ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة ، فكل إجابة لها قيمتها وأهميتها ، ولا حاجة لذكر الاسم أو العنوان أو أي معلومات شخصيّة أخرى ، وينبغي الإجابة على كل فقرة من الفقرات ، من خلال وضع أمام كل عبارة درجة من الدرجات الخمسة . مثلاً ، إذا كنت " موافق بشدّة " على مضمون العبارة الأولى ، فضع في الفراغ الذي أمامها : ٥ ، وإذا كنت " موافق " ولكن ليس بشدّة، فضع : ٤ ، وإذا كنت " وسط " بين الموافقة والرفض، فضع : ٣ ، وإذا كنت " ترفضها " ولكن ليس بشدة ، فضع : ٢ ، وإذا كنت " ترفضها بشدّة "، فضع : ١ .

مقياس الشخصية التسلطية

١ بلدنا بالفعل يحتاج إلى قائد قوي وصارم يسحق الشر ويرجعنا لطريقنا الصحيح . _____

٢ عندما يضعنا قادتنا السياسيون في المقدمة، يصبح واجب كل مواطن وطني محاربة الفساد الذي يسمم بلدنا من الداخل . _____

٣ الوضع في بلدنا أصبح في غاية الخطورة، ولذلك من المبرر استعمال الطرق العنيفة للتخلص من مثيري المتاعب وأعادتنا للطريق الصحيح . _____

٤ الطريق الوحيد الذي يجب أن يسلكه بلدنا في أزماته هو العودة إلى قيمه التقليدية، ووضع القادة الأقوياء في السلطة، ومنع المشاغبين من نشر أفكارهم السيئة . _____

٥ لا بأس بإقامة علاقات جنسية قبل الزواج . _____

٦ كل شخص يجب أن يكون له أسلوبه الخاص في الحياة، ومعتقداته الدينية الخاصة، وتفضيلاته الجنسية الخاصة، حتى وإن جعلته مختلفاً عن الجميع . _____

٧ ليس هناك طريق واحد صحيح لعيش الحياة، فكل شخص يمكنه ابتكار طريقته الخاصة . _____

٨	الشواذ جنسياً أصحاء أخلاقيون كغيرهم من الناس .	_____
٩	المفتاح الحقيقي للحياة الجيدة هو الطاعة والانضباط والتقيد بالاستقامة .	_____
١٠	المظهر المناسب النظامي لازال علامة على المكانة العالية، حتى وإن بدا موضة قديمة عند البعض .	_____
١١	طاعة واحترام السلطة أهم الفضائل التي يجب تعليمها للأطفال .	_____
١٢	بلدنا بحاجة لمفكرين أحرار يمتلكون شجاعة تحدي الطرق التقليدية، حتى وإن أغضب ذلك أغلب الناس .	_____
١٣	بعض أفضل الناس في بلدنا هم أولئك الذين يتحدون الحكومة وينتقدون الدين ويتجاهلون الأشياء التقليدية التي يفترض أن تفعل	_____
١٤	يجب التعامل مع الاحتجاجيين والثوريين بعقل مفتوح، فالأفكار الجديدة هي دماء الحياة للتغير التقدمي .	_____

مقياس الشخصية النرجسية

١	أنشغل بالكامل في التفكير بشؤوني الشخصية ، صحتي أو ممتلكاتي أو علاقاتي .	_____
٢	من السهل أن تؤذي مشاعري تعليقات الآخرين الاستخفافية أو استهزائية الآخرين بي .	_____
٣	عندما أدخل غرفة غالباً ما أشعر بأن عيون الآخرين موجهة إلي .	_____
٤	لا أحب مشاركة الفضل في انجاز معين مع آخرين .	_____
٥	أشعر بأنه يكفيني ما عندي ولا تهمني مشاكل الآخرين .	_____
٦	أشعر إنني مختلف بالمزاج عن أكثر الناس .	_____
٧	غالباً ما أفسر تعليقات الآخرين بطريقة شخصية .	_____
٨	من السهل أن أصبح مستغرق في اهتماماتي وأنسى وجود الآخرين .	_____
٩	لا أحب أن أكون مع جماعة ما لم أعرف أن أحدهم على	_____

الأقل معجب بي .

١٠ أتضايق عندما يأتيني الآخرين بمشاكلهم ويطلبون وقتي وتعاطفي . _____

مقياس الشخصية الحدية

١ لا أستطيع أن أقرر أي نوع من الأشخاص أريد أن أكون . _____

٢ أتطرَّف في محاولة جعل الناس لا يتركونني . _____

٣ أميل للعلاقات القوية التي لا تنتهي . _____

٤ فكرت في مرة بالانتحار وإيذاء نفسي . _____

٥ أشعر بالفراغ من الداخل . _____

مقياس الشخصية التصنعية

١ أُظهِر مشاعري ليراها الآخرون. _____

٢ أنا سهل التأثر بما يجري من حولي. _____

٣ مشاعري مثل الطقس، كثيرة التقلُّب. _____

٤ أحب التأنُّق حتى إن كنت أقف في الأماكن المزدحمة بالناس . _____

٥ أحب أن أكون مركز الانتباه. _____

٦ انا مشهور بالعبث والطيش . _____

مقياس الشخصية الاتكالية

١ أدع الآخرين يتخذون القرارات المهمة لي . _____

٢ أجد من الصعب مخالفة الناس إذا كنت أعتمد عليهم كثيراً . _____

٣ عادة ما أشعر بعدم الارتياح أو العجز عندما أكون لوحدي . _____

٤ أقلق من فكرة أن أبقى وحيداً واعتني بنفسي . _____

٥ أطلب من الناس الذين أعتمد عليهم أن يتعاطفوا معي . _____

٦ أبحث في الغالب عن النصيحة أو التوجيه في قراراتي اليومية . _____

مقياس الشخصية التجنبية

١ أشعر في الغالب بالتوتر والعصبية . _____

٢ أشعر بأنني مرتبك أو في غير مناسب المواقف الاجتماعية . _____

٣ لا أندمج مع الناس حتى أتأكد من أنهم يحبونني . _____

٤ يقلقني كثيراً الناس الذين لا يحبونني . _____

٥ كثير من الأشياء التي تبدو خطيرة بالنسبة لي، لا تزعج الآخرين _____

٦ أنطوي على نفسي حتى مع وجود الناس من حولي . _____